

『 肝臓病と健康食品 』

～～健康食品といえど、肝臓に負担をかけている～～

肝臓川柳



『注意して 健康食品 補助補助に』

(補助的に・・・使用はホドホドに・・・)

『LOHAS(ロハス)』という言葉聞いた事ありますか？

Lifestyles Of Health And Sustainability 《健康と環境に配慮したライフスタイル》

簡単に言うと『エコ&健康』といったところでしょうか。

昨年はエコ関連商品が大ブームでしたが、健康面では『メタボリック』という言葉の浸透と共に一層健康志向が高まっており、それを反映してか毎年数え切れない程の健康食品・サプリメントが販売されています。市場規模としては1～2兆円だと言われています(医療用医薬品市場が7兆円前後)

同時に健康食品による健康被害の件数も増えてきています。すべての健康食品等において一番影響を受けるのが実は肝臓で毎年報告される健康被害の集計でも肝機能障害が一番多いです。健康食品・サプリメントは医薬品とほぼ同じような工程で製造されていますのでいくら主成分が天然抽出物などと謳われていても加工されているものは肝障害の危険性がゼロではないのです。

健康食品にも副作用・相互作用などがあるということを認識しておきましょう

★特に投薬治療を受けている人は要注意です★

!!すべての基本はバランスの良い食事を摂る事!!

栄養は口で嚙んで摂取する事で、味覚・嗅覚・触覚などイロイロな五感を使い、それにより脳や消化器なども働き、唾液や胃液などの分泌物も出てさらにはストレスも解消されていくというものです。

●健康食品を使用する目安としては

- ◎投薬治療をしている場合は健康食品の服用を避ける
- ◎服用は1種類のみ、複数種類を使用しない
- ◎数週間使用して効果が無いようなら止める
- ◎服用にて変わった症状があれば中止してすぐに受診

【プチ情報】

近年、健康被害の多い健康食品の部類として

男性用・・・精力増強(バイアグラ等と類似成分が入っている)

女性用・・・ダイエットサプリメント(向精神薬成分等が入っている)

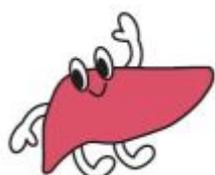
男性・女性の深層心理を利用した商法です

この類のサプリメントで肝障害を起こす人が世界的に増加しています。

※※もちろん日本での販売等に関しては薬事法に違反している商品ですが

個人輸入にて手に入れる場合は取締りにも限界があり

健康被害を訴える人があとを絶ちません



これだけ覚えておけば損はない！

今 回 の ポ イ ン ト

健康食品・サプリメントはあくまで補助としての摂取にとらえ肝臓病の治療をしている人は摂取を避けることが望ましいです。肝臓にとっては「不健康食品」にもなってしまう事があるので注意！

(文 : 福井県肝疾患診療連携拠点病院協議会 野ッ俣 和夫)